

L'ARTHROSE



Association des
chiropraticiens
du Québec

Capsule Santé | Association des chiropraticiens du Québec

21 au 27 septembre 2014

Contrairement aux croyances populaires, l'arthrose ne touche pas uniquement les personnes qui avancent en âge. Bien sûr, elles y sont plus vulnérables, mais tout le monde peut en souffrir. Pourquoi ? Comment donc la définir et surtout, comment la prévenir ?

Arthrose et subluxation vertébrale

La présence d'une subluxation (mauvais alignement ou mauvais mouvement d'une articulation ou de la colonne vertébrale) peut causer à long terme l'apparition d'arthrose. La subluxation occasionnera une mauvaise coordination entre les systèmes nerveux, musculaire et articulaire, pouvant causer des douleurs, des tensions musculaires et des raideurs articulaires. La subluxation aura tendance à favoriser la progression de la dégénérescence de la région touchée par l'arthrose.

L'arthrose est plus spécifiquement l'usure des articulations qui peut causer des douleurs. Le tissu qui recouvre les surfaces articulaires – le cartilage – s'amincit et se fissure avec le temps. Le stress supporté par l'articulation augmente à mesure que le cartilage disparaît, d'où l'apparition de douleurs. Votre chiropraticien vous aidera à soulager vos douleurs.

*La présence d'une
subluxation peut
favoriser la pro-
gression de la dé-
générescence.
Consultez votre
chiropraticien.*



SAVIEZ-VOUS QUE?

Le mot «chiropratique» provient du grec et signifie «fait avec les mains».

Le docteur en chiropratique est un professionnel de la santé de premier contact : vous pouvez donc le consulter sans être recommandé.

De par sa formation universitaire, le chiropraticien possède l'expertise nécessaire pour poser un diagnostic, ce qui lui permettra de créer un programme de soins correspondant à votre condition physique, à votre âge et à vos objectifs de santé.

chiropratique.com

La chiropratique centre sa philosophie, son art et sa science sur le maintien de l'homéostasie (équilibre) du corps humain et sur sa capacité innée de guérison naturelle. Elle ne se concentre pas uniquement sur les symptômes ou la douleur, mais cherche à identifier et à soigner la cause du problème.

La chiropratique est fondée sur le fait scientifique suivant : le système nerveux impose son contrôle à toutes les cellules, tissus, organes et systèmes du corps. Un dérangement à la colonne vertébrale peut causer des interférences sur le système nerveux et ainsi provoquer des problèmes au niveau de l'équilibre de santé du corps.

La chiropratique vise le recouvrement et le maintien de la santé globale humaine via l'interaction des systèmes nerveux, musculaire et squelettique.

Facteurs déclencheurs

Bien que les personnes âgées soient plus vulnérables à l'arthrose, tout le monde peut en souffrir. En vieillissant, le cartilage des articulations s'use et rend le corps plus vulnérable à ce type de pathologie. L'arthrose peut également être due à des traumatismes accumulés (chutes, accidents mineurs, mauvaise posture, etc.). Ceux-ci perturbent les mouvements normaux de certaines articulations et favorisent le développement d'une usure localisée.

Saviez-vous qu'une blessure non traitée à temps cause un affaiblissement des cartilages, des ligaments et des capsules impliqués dans l'accident? Étant donné que cela rend les articulations plus vulnérables, le corps compense en produisant des tissus cicatriciels au lieu de se réparer grâce aux tissus normaux. Résultat : arthrose, que l'on ait 15, 30, 55 ou 80 ans!

Outre l'âge, l'arthrose pourrait être due au bagage génétique, à un surpoids qui exerce un stress plus important sur les articulations (hanche, genoux, etc.) ou encore à des lésions causées par une surutilisation des articulations par exemple.

Impacts de l'arthrose sur la santé

Chez bien des personnes touchées, aucun symptôme n'est apparent jusqu'à ce qu'une activité anodine ou un incident plus important agisse comme facteur déclencheur. Plus la condition est avancée, plus les symptômes et la douleur risquent d'être importants. À long terme, l'espace articulaire peut totalement disparaître et les surfaces de l'articulation subiront une déformation. D'autres symptômes, comme des raideurs, des engourdissements dans les jambes ou les bras et des spasmes musculaires chroniques peuvent être causés par la présence d'arthrose.

Le diagnostic chiropratique

Le chiropraticien est un professionnel de la santé de premier contact : il peut donc être consulté à tout moment, sans avoir besoin d'être référé par un autre professionnel de la santé, outre les cas de CSST ou SAAQ. Ses compétences touchent les systèmes nerveux, musculaire et squelettique. De par sa formation, il est apte à poser le diagnostic chiropratique lui permettant de créer un programme de soins correspondant à votre condition physique, à votre l'âge ainsi qu'à vos objectifs de santé visés.

N'hésitez donc pas à faire le bilan de votre état de santé avec votre chiropraticien. Suite à un questionnaire, un examen physique et une évaluation radiologique, il sera en mesure de déterminer si vous souffrez d'arthrose.

